|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **12 сентября 2022 г.** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Сад 12 часов** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Сбор-****ник****рецеп-****тур** | **№****техн.****карты** | **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** | **Вита-****мин****С, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле-****воды, г** |
| **Завтрак** |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 180 | 5 | 6,8 | 23,5 | 156 | 0,6 |
| 2012 | 396 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМСГУЩЕННЫМ | 180 | 2,4 | 2,7 | 18,5 | 108 | 0,1 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| **Итого** | **405** | **10,4** | **13,8** | **61,5** | **393** | **0,7** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | 180 | 1,9 | 3,9 | 10,3 | 89 | 8 |
| 2008 | 326 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 130 | 3,1 | 4,4 | 33,1 | 184 | 0 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ПАРОВЫЕ | 70 | 9,4 | 21,7 | 6,3 | 238 | 0,9 |
| 2012 | 356 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ ИЛУКОМ | 30 | 0,6 | 1,4 | 2,7 | 29 | 0,4 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 14,8 | 60 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **640** | **15** | **31,4** | **67,2** | **600** | **9,3** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 | 1 |
| 2008 |  | ПРЯНИКИ | 50 | 2,8 | 2,2 | 35,6 | 174 | 0 |
| **Итого** | **250** | **8,4** | **7,1** | **44,9** | **279** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 180 | 12 | 28,4 | 12,9 | 306 | 16 |
| 2012 | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 30 | 0,4 | 1,1 | 1,9 | 22 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,8 | 0,2 | 18,2 | 86 | 0 |
| 2008 | 410 | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 180 | 0,1 |  | 28,4 | 114 | 0 |
| **Итого** | **430** | **15,3** | **29,7** | **61,4** | **568** | **16** |
| **Всего** | **49,1** | **82** | **235** | **1800** | **27** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| C:\Users\admin\Desktop\ю.jpeg |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.